

青年民办幼儿教师职业倦怠与心理健康研究*

陈小异

(重庆师范大学 教育学院 应用心理学实验室, 重庆 400047)

摘要:为研究青年民办幼儿教师的职业倦怠与心理健康状况,本文运用症状自评量表(SCL-90)、教师职业倦怠问卷和自编反映个体工作环境和社会经济状况问卷对重庆市青年民办幼儿教师测试,对195份有效问卷进行分析。主要结果有:阳性项目检出率为47.18%,至少存在一项以上明显阳性症状因子的教师占8.72%;民办青年教师所有症状因子和阳性项目数显著低于公办幼师,情感衰竭维度总分为(31.07±8.81)分,去个性化维度总分为(9.93±5.13)分,成就感维度总分为(41.99±10.79)分。据此可以认为,青年民办幼儿教师心理健康状况水平比较低,心理健康问题比较严重,但整体状况显著好于公办幼儿教师。8.72%的青年民办幼儿教师有明显心理障碍,主要表现在恐怖、抑郁、敌对和焦虑等方面,青年民办幼儿教师职业成就感较高,去个性化水平为中等程度,但是存在较严重的情感衰竭。

关键词:民办幼儿园,青年教师,职业倦怠,心理健康,症状自评量表

中图分类号:R395.6

文献标识码:A

文章编号:1672-6693(2009)02-0130-05

幼儿教师心理健康水平和职业倦怠程度,既影响自身的工作和生活,给健康带来诸多问题,妨碍生活质量提高;又会深刻地影响幼儿的心理及行为模式,影响着幼儿园自身的发展。只有以一流素质、对职业的执着热爱和心理健康的教师作为保障,才能促进幼儿综合素质的全面提高与发展,推动幼儿园上水平、上台阶。要完成《面向21世纪教育振兴行动计划》第5条中提出的“实施素质教育,要从幼儿阶段抓起,要用科学的方法启迪和开发幼儿的智力,培养幼儿健康的体质、良好的生活习惯、活泼开朗的性格与求知的欲望。”的要求和任务,也需要幼儿教师具有较高的心理健康水平和职业忠诚。然而,幼儿教师的心理健康问题却并不乐观^[1-6],一些研究表明,幼儿教师心理健康问题严重,心理压力巨大,广东幼儿教师有明显心理问题的达到14.4%,而其中25~34岁阶段幼儿教师则达到18.69%^[7],广西22.17%的幼儿教师有中度以上的心理健康问题^[3],山西省的比例是16.6%^[8];同时,幼儿教师的职业倦怠程度也比较严重,北京市的幼儿教师2.9%有严重的职业倦怠,59.5%存在着明显职业倦怠倾向^[9]。为此本研究探讨了重庆市青年民办幼儿教师的职业倦怠和心理健康的状况,以丰富有关研究与认知。

1 研究方法

1.1 对象与施测

研究对象为自愿配合该调查的重庆市的248位民办幼儿园女教师。根据本研究中界定的青年幼师为年龄低于35岁以下的幼儿教师这一标准,测试后获得有效的青年幼儿教师资料195份,幼师年龄为17~34岁,平均年龄±标准差为(22.24±3.46)岁。在被调查者假期进行专业理论培训的适当时机由相应的研究人员统一组织调查,独立完成问卷。

1.2 调查工具与数据处理

1)调查用症状自评量表(SCL-90)^[10]包含90条目,分为9个症状因子和1个其他因子。每一条目5级评分,无症状为1分,很轻2分,中度3分,偏重4分,极重5分。2分以上为阳性项目,3分以上为明显阳性症状,表示有明显的心理问题。

2)调查用教师职业体验问卷译自Maslach职业倦怠问卷^[11],结合幼儿教师的实际情况,对涉及到工作对象的部分做了改动,表明了幼儿教师的工作对象。共22个问题,分为3个维度:成就感(A)、情感衰竭(E)和去个性化(D)。此外,对于幼儿教师对本工作的看法设置了3个问题:“我想换一个工作岗位。”、“我想换一个工作。”和“我对这份工作满

* 收稿日期 2008-11-25 修回日期 2009-02-16

资助项目:重庆市高等教育教学改革研究项目(No.0823100)

作者简介:陈小异,男,博士,副教授,主要研究方向为社会心理、认知障碍和应用心理。

意”。所有回答用7点量表,即“从来没有”、“一年中出现几次”、“……”、“每天都有”,分别记1~7分,以项目总分为各维度得分。参照国外的评价标准,即情感衰竭总分得分低于16分为倦怠程度轻,大于27分为严重倦怠;去个性化总分小于6分为轻,大于13分为重;成就感总分大于39分为成就感倦怠轻,有较高的成就感,小于31分为成就感倦怠重,成就感低。本研究中整个问卷的Cronbach α 系数为0.73,情感衰竭维度为0.60,去个性化维度为0.58,成就感维度为0.83。情感衰竭与去个性化间的相关为0.24,情感衰竭和成就感间的相关为0.29,成就感与去个性化间的相关为-0.26,相关均达到 $p < 0.001$ 水平,符合量表法对各因子间相关的要求。

3)自编反映个体工作环境和社会经济状况问卷,包括对自己的社会地位和经济地位的自我评价等方面。其中,用持续工作比率来表示喜欢、愿意从事幼教工作的程度,比率越高,表明越喜欢继续从事幼教工作,其计算方法为持续工作比率=(已有幼教工龄+愿意继续从事幼教工作时间)/理论工龄。其中理论工龄=55-参加工作时的年龄。

4)数据处理为采用SPSS11.5软件对有效数据进行统计分析。

2 结果

2.1 心理健康问题检出率

阳性项目检出92人,检出率为47.18%。以因子分 ≥ 3 分为明显阳性症状检出标准,各症状因子

明显心理问题的检出率分别为躯体化3.59%,强迫症状3.59%,人际关系敏感2.56%,抑郁4.62%,焦虑4.1%,敌对4.62%,恐怖6.15%,偏执3.08%,精神病性3.08%。至少存在一项以上明显阳性症状因子的教师17名,占8.72%。

2.2 职业倦怠状况

从3个维度考察青年民办幼儿教师职业倦怠状况,情感衰竭维度总分(31.07 \pm 8.81)分,表明职业倦怠程度严重;去个性化维度总分(9.93 \pm 5.13)分,属于中等程度;成就感维度总分(41.99 \pm 10.79)分,表明成就感高,处于倦怠的较低水平。

工龄为5年以下和5~12年两个阶段,两组的 t 检验显示3个维度在工龄上没有差异性。

对不同自评经济地位和社会地位的民办青年幼儿教师职业倦怠的3个维度的分析也显示,各组教师间均不存在显著差异,但共同的趋势都是情感衰竭超过国外严重的标准,去个性化处于中等状态,而有较高的成就感。

2.3 心理健康状况与全国常模^[12]对比

结果如表1,重庆市青年民办幼儿教师除了人际关系敏感和焦虑因子外,其余因子和阳性项目数显著高于全国常模(样本数为664人)。

2.4 与公办幼儿教师比较

将青年民办幼儿教师与笔者2005年一项调查中获得的191位重庆市公办幼儿教师心理健康数据进行比较,结果见表1,青年民办幼师所有症状因子的得分和阳性项目数显著低于公办幼师。

表1 本次调查各因子与全国女子常模比较及与职业倦怠相关

项目	全国常模	本次调查	t	p	与公办幼师比较			职业倦怠与各因子的相关		
					渝公办幼师	t	p	E	A	D
躯体化	1.37 \pm 0.48	1.46 \pm 0.52	2.41	0.02	1.83 \pm 0.58	6.68	0.00	0.14*	-0.22**	0.26**
强迫症状	1.59 \pm 0.54	1.79 \pm 0.53	5.31	0.00	1.98 \pm 0.65	3.19	0.00	0.13	-0.17*	0.22**
人际关系	1.61 \pm 0.58	1.62 \pm 0.56	0.25	0.80	1.85 \pm 0.62	3.87	0.00	0.13	-0.20**	0.24**
抑郁	1.49 \pm 0.95	1.59 \pm 0.58	2.30	0.02	1.89 \pm 0.58	5.13	0.00	0.13	-0.24**	0.18*
焦虑	1.49 \pm 0.95	1.50 \pm 0.53	0.35	0.73	1.79 \pm 0.58	5.17	0.00	0.11	-0.23**	0.21**
敌对性	1.45 \pm 0.52	1.62 \pm 0.73	3.34	0.00	1.80 \pm 0.60	2.62	0.01	0.09	-0.16*	0.09
恐怖	1.30 \pm 0.47	1.50 \pm 0.61	4.63	0.00	1.65 \pm 0.52	2.58	0.01	0.11	-0.23**	0.22**
偏执	1.41 \pm 0.54	1.58 \pm 0.56	4.11	0.00	1.73 \pm 0.53	2.75	0.01	0.17*	-0.23**	0.21**
精神病性	1.26 \pm 0.39	1.47 \pm 0.51	5.73	0.00	1.69 \pm 0.49	4.41	0.00	0.08	-0.26**	0.29**
阳性项目数	24.92 \pm 18.41	33.32 \pm 19.92	5.89	0.00	47.01 \pm 19.03	6.94	0.00	0.14	-0.18*	0.22**

注:*表示 $p \leq 0.05$,**表示 $p \leq 0.01$ 。

3 讨论与结论

3.1 青年民办幼师心理健康状况

青年民办幼师心理问题阳性项目比例为47.18%,表明其整体的心理健康状况水平比全国水平低,心理健康问题比较严重。因子分达到或超过

3分的明显阳性症状检出为8.72%,比中小学教师和大学教授的检出率17.9%~50%^[6]要低一些,主要在恐怖(6.15%)、抑郁(4.62%)、敌对(4.62%)、焦虑(4.1%)等因子上表现明显,与杨宏飞等的研究^[6]不尽一致,同毛荣建等^[1]研究的农村幼儿教师的心理问题也有些区别。与广西的数据比较^[3],青年民办幼师在人际敏感、抑郁、焦虑、敌对和偏执因子上显著低于30岁以下幼师,精神病性因子也低,差异临界显著($p=0.051$),其余因子的差异不明显,同30~40岁和40岁以上的比较,都只有恐怖因子无差异,其他症状因子都显著低于她们。因此,整体看来,重庆青年民办幼师的心理健康状况比广西幼儿教师的状况好,但比一般人群差。

在9个症状因子和阳性项目数中,青年民办幼儿教师的人际关系敏感和焦虑因子与全国常模之间无差异,其余因子和阳性项目数全部显著高于全国常模。其中可能的原因是:重庆女性,特别是年轻女性性格比较直率、豪爽,待人接物比较大方,相处人际关系比较融洽,相对来说不容易产生人际纠纷,因此在人际关系敏感因子上表现正常,焦虑症状也比较轻。同广西年龄相近的30岁以下的比较也可以证明这一点。但是,作为幼儿教师,她们工作非常繁重、复杂,对责任心要求很高。儿童容易发生偶发事故,并且独生子女在家庭中受到宠爱,比较以自我为中心,相对比较娇气,不太服从管教。同时父母又比较重视早期教育和智力投资,对儿童寄予较高的期望,更希望儿童一进入幼儿园就能够有着良好的教育,给教师更多的压力和责任。同时,随着社会的进步,对多数幼儿教师来讲,面临着学历的提升,需要花费很多的时间、经济和精力致力于自身的提高,还承受着独生子女的减少而带来的就业紧张的压力,多种不利因素和多种压力会影响青年民办幼儿教师,使得他们在多个症状因子上明显高于全国常模,表现出了较高的心理问题。

青年民办幼师心理健康问题的严重程度比公办幼师的严重程度显著低,这与一般的预测不相吻合:通常人们认为民办幼师的心理健康问题比公办幼师要严重。其可能的原因是在于:在195名青年幼儿教师中,年龄低于25岁的有165人,占85%,这个阶段的城市女青年一般处于婚前阶段,或刚刚结婚处于二人世界,精神状态比较好,心情愉快,在经济上可以获得父母一定程度的帮助,相对经济压力较轻。同时他们也感受到了面临或已经结婚带来的经济压力,对幼教工作的低收入和高付出也不太满意,酝酿着脱离这个职业,从其工作持续比率为 0.21 ± 0.12

可以看出,青年民办幼儿教师并不安心于幼教工作,而整个调查的207份有效数据中只有12位教师年龄超过35岁也能一定程度上证明这个问题。很多幼儿教师想趁着年轻,利用她们本身能力和才华,可以从事其他获得高薪和好社会地位的工作,希望在获得了一定工作经验和能力之后转向其他行业。

3.2 青年民办幼儿教师职业倦怠

情感衰竭总分均值为 (31.07 ± 8.81) 分,小于等于16分的人数为9人,占4.6%;大于等于27分的130人,占66.7%,表明情感衰竭程度很轻的青年民办幼儿教师只是极少数,不到5%,而 $\frac{2}{3}$ 的人表

现出了严重的情感衰竭。总体严重的情感衰竭说明幼儿教师对工作投入了大量的时间和精力,对过度消耗了较多的情绪和生理资源后的感受很深,这可以从她们在工作上的高强度付出和经济上的低收入关系得到一些说明。相关分析显示,情感衰竭得分与每周工作时间显著正相关($r=0.14$, $p \leq 0.05$),工作强度越高,时间越长,她们的情感衰竭程度越强。她们的每周工作时间为 (45.28 ± 7.19) h,月收入为 (661.82 ± 187.32) 元;而重庆市公办幼儿园教师的每周工作时间为 (41 ± 5.19) h,月收入为 (943.74 ± 337.28) 元,还可能有隐性的福利待遇。公办和民办在两者上均存在显著差异,民办的的工作强度比公办高而收入待遇比公办低。同时,民办幼儿园更担心幼儿安全事故的发生,对安全责任上的要求特别高,教师整天处于焦虑之中,即使在工余时间也在担心一些事情,更加重了他们的心理压力。从对“我想换一个工作岗位。”、“我想换一个工作。”、“我对这份工作满意。”3个问题的回答分数分别为 (2.34 ± 1.75) 、 (2.25 ± 1.62) 、 (4.25 ± 2.25) 分来看,其对工作的本身满意的程度处于中等,对于更换工作还没有深入考虑,间或有点想法,但不强烈。结合工作持续比率来分析:公办幼儿教师的工作持续比率为 0.63 ± 0.29 ,而本次调查比率为 0.24 ± 0.16 ,差异十分显著,显示出她们换工作的倾向性更强。这跟前3个问题的回答看上去有些矛盾,但实际上也是合理的:第一,从目前的就业形势来看,能够有一个好的职业不容易。尽管是民办的幼儿教师,对她们来讲也算是一个比较体面的职业,符合自己的专业学习,要真正让其跳出另谋职业她们会谨慎地考虑。第二,他们是否具备有“跳槽”的能力也是困扰她们的一个因素。相对专业化的幼师培训虽然使她们在吹拉弹唱跳方面有一定技能和组织才能,能适应幼儿园的教学,但仅凭这些技能还不足以使自己

胜任心仪的其他高薪、高社会地位工作。第三,幼儿园工作虽然辛苦,经济效益不很好,社会地位不太高,但是相对稳定。对于大多数女性来讲,追求比较稳定的职业还是她们主要的选择。第四,该年龄段的幼儿教师,正处于人生中的一段重要时期:恋爱、结婚、生育,客观上需要有一个比较稳定而不是充满着各种变数的生活空间。总之,这个职业对于多数人有点像“鸡肋”的感觉,和自己的理想、期望(也许和能力)有较大的出入,但是弃之可惜。

此外,这也可以从青年民办幼儿教师有着较高的成就感得到说明。成就感总分大于等于39分的人数为134人,占68.7%。她们在自己的工作中付出了艰辛的劳动,展现了智慧和聪明,倾注的爱心在自己的教育对象上得到了一定的回报,儿童的聪明乖巧、活泼能干、对老师的尊敬和依恋,能够唤起教师对自己工作的认可。对“我对这份工作满意。”这一问题的回答得分较高可以一定程度上说明其成就感,也反映出对工作满意度的离散程度是比较大的,走两个极端的趋势比较突出。此外,从情感衰竭总分大于等于27分且成就感总分大于等于39分的人数为95人,占48.7%也可以看到,接近一半的教师有着严重的情感衰竭,却又有较高的职业成就感。再从多个角度,如不同的社会地位和经济地位的自我评价、不同工龄、不同劳动强度(以保教人员的多少来反映)来看,各个组别的青年教师在成就感上的得分均超过39分,即很多可能影响其职业倦怠的因素并没有影响其职业的成就感,应该表明她们主观上还是比较认可幼儿教师这个职业的,成就感比较高。

去个性化反映的是人际交互关系,青年民办幼儿教师的去个性化处于中等水平,表明幼儿教师对待儿童的态度方面整体是中等偏积极倾向的,对儿童友好、慈爱,关注他们的成长,致力于他们的发展,同儿童的关系比较融洽、和睦。但是,去个性化总分小于6的人数有70人,占35.9%,即能融洽地与儿童良好处理关系的教师不到40%,得分大于等于13分的人数为51人,占26.2%,即 $\frac{1}{4}$ 强的幼儿教师与儿童之间的关系并不是很融洽,对儿童的态度和行为还存在一些消极负面的因素,这与教师对幼教工作强烈的倦怠有关,同时也值得相应管理机构的重视,避免这种消极因素扩大,造成对教师本人、儿童、幼儿园(托儿所)及社会的不良影响。

3.3 青年民办幼师心理健康与职业倦怠的相关

青年民办幼师的情感衰竭程度和躯体症状因子

显著正相关($r=0.14$, $p \leq 0.05$),表明幼儿教师因为长时间处于紧张状态下,劳动强度大,在躯体症状上表现了较多的不适应,如心血管系统、胃肠道、呼吸和其他系统的不适,以及头痛、背痛、肌肉酸痛等症状比较明显。一些研究表明^[3]40岁以上女性的躯体症状因子比较显著,显著高于常模,而民办青年幼儿教师已经表现出了明显的躯体症状,有可能在这种环境下继续发展,导致在中年后更为突出的躯体症状。情感衰竭程度也和偏执因子显著正相关($r=0.17$, $p \leq 0.05$),在投射性思维、敌对猜疑、妄想、被动体验和夸大等方面的症状比较明显,这些不良感觉越强,她们的情感衰竭程度就越高。

成就感水平与9个症状因子和阳性项目数均显著负相关,表明青年民办幼师的较高的自我成就感与9个因子的较高水平关系密切,青年民办幼师有一定的心理健康问题,更多的可能是对职业的焦虑和压力,可能转化为对工作的促进力,在一定程度上推动了工作,同时也给自己带来了较高的成就感。

在本研究中,去个性化水平与敌对性因子以外的8个因子和阳性项目数显著相关,整体处于中等程度。去个性化实际上是情感衰竭的长期疲劳情绪状态使个体感受到一些负面的情绪,并对工作对象表现出消极、冷漠的行为。本研究的结果表明青年民办幼儿教师心理健康状况的大多数因子得分显著高于常模,表现出了值得关注的心理问题,同时也相应地在她们工作和生活的环境中表现出了不良的负面情绪和行为,可能会对生活和工作带来较严重的、持续的不利影响,这值得管理者的高度重视。

综上,可以得出以下几点结论:

1)青年民办幼儿教师心理健康状况水平比较低,心理健康问题比较严重,但是其整体状况比公办幼儿教师好。

2)少数青年民办幼儿教师有明显心理障碍,主要表现在恐怖、抑郁、敌对和焦虑等方面。

3)青年民办幼儿教师职业成就感较高,去个性化水平为中等程度,但是存在较严重的情感衰竭。

参考文献:

- [1] 毛荣建, 顾新荣. 河北农村幼儿教师心理健康状况及其影响因素[J]. 中国心理卫生杂志, 2002, 16(12): 846-847.
- [2] 陆珠玲. 幼儿教师生存状况调查研究[J]. 广东教育学院学报, 2001, 21(4): 77-80.
- [3] 余欣欣, 李萍. 广西幼儿教师心理健康状况的调查[J]. 健康心理学杂志, 2003, 11(2): 136-138.
- [4] 李生兰. 幼儿教师工作压力的调查研究[J]. 山东教育

- (幼教版) 2000 (18) :10-13.
- [5] 邱亚锋 , 马丽霞 , 李玉峰 , 等. 河南省幼师学生心理健康状况调查分析 [J]. 健康心理学杂志 2003 , 11(1) 8-10.
- [6] 杨宏飞 , 杨依兰. 幼儿教师 SCL-90 测试结果分析 [J]. 中国临床心理学杂志 2001 9(4) 297-298.
- [7] 陈小异 , 高晓东 , 王洲林. 广东省幼儿教师心理健康状况研究 [M] // 杨鑫辉. 心理技术应用研究. 第 4 辑. 成都 : 西南交通大学出版社 2005.
- [8] 王福兰 , 邢少颖. 维护幼儿教师心理健康的若干思考 [J]. 基础教育研究 2002(1/2) 82-83.
- [9] 梁慧娟 , 冯晓霞. 北京市幼儿教师职业倦怠的状况及成因研究 [J]. 学前教育研究 2004(5) 32-35.
- [10] 陈昌惠. 症状自评量表 [M] // 汪向东 , 王希林 , 马弘. 心理卫生评定量表手册. 增订版. 北京 : 中国心理杂志社. 1999 31-35.
- [11] 赵玉芳 , 毕重增. 中学教师职业倦怠状况及影响因素研究 [J]. 心理发展与教育 2003 , 19(1) 80-83.
- [12] 金华. 中国正常人 SCL-90 评定结果的初步分析 [J]. 中国神经精神疾病杂志 , 1986 , 12(5) 260-263.

Survey of Mental Health States and Job Burnout of Young Kindergarten Teachers in Private Kindergartens

CHEN Xiao-yi

(School of Education & Key Applied Psychology Lab , Chongqing Normal University , Chongqing 400047 , China)

Abstract : The purpose of this study is to investigate young private kindergarten teachers' mental health and job burnout states. We use SCL-90 , MBQ (Maslach Burnout Inventory) and working environment & social and economic station to survey kindergarten teachers and analyses the data of 195 young kindergarten teachers in private kindergartens. We have found : 1) Positive detection rate of project is 47.18% , teachers who have at least one obvious positive symptoms cover 8.27% . 2) The positive symptoms and number of items of youth-run private kindergarten teachers are significantly lower than public kindergarten teachers. 3) Emotional exhaustion dimension score is 31.07 ± 8.81 , depersonality dimension score is 9.93 ± 5.13 , sense of achievement dimension score is 41.99 ± 10.79 . The final results show that : 1) The level of mental health of young private kindergarten teachers is relatively low , mental health problems are somewhat serious , but the overall situation is better than public kindergarten teachers. 2) 8.72% of the private kindergarten teachers have relatively serious psychological barriers , mainly manifested in factors as fear , depression , hostility and anxiety. 3) The career achievement of private kindergarten teachers is higher while they have medium depersonality level and more serious emotional exhaustion.

Key words : private kindergarten young teacher ; job burnout ; mental health ; SCL-90

(责任编辑 方 兴)